

2023年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会
(茨城会場) 日程表

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	2月3日(土)	2月10日(土)	2月11日(日)
会 場	オンライン講習	流通経済大学龍ヶ崎キャンパス	
住所会場最寄駅	第8会場	茨城県龍ヶ崎市120	
9:00	指導者の役割と安全管理 2H	ガイダンス 1H	陸上競技の種目別指導 (やり投げ) 1H
10:00		陸上競技の種目別指導 三段跳 1H	陸上競技の種目別指導 (砲丸投) 1H
11:00	スポーツと栄養 1H	陸上競技の種目別指導 走高跳 1H	陸上競技の種目別指導 ハンマー投げ 1H
12:00	昼休み	昼休み	昼休み
13:00	スポーツ障害 1H	陸上競技の種目別指導 (中長距離・競歩) 1H	陸上競技の種目別指導 円盤投 1H
14:00	学校部活動と地域クラブ 1H	トレーニング論Ⅰ (基本の運動) 1H	陸上競技の種目別指導の方法 走幅跳 1H
15:00	トレーニング計画 2H	陸上競技の種目別指導 (短距離・リレー) 1H	陸上競技の種目別指導の方法 棒高跳 1H
16:00		陸上競技の種目別指導 (ハードル) 1H	移動
17:00			筆記試験 1H
時間	7H	7H	7H